

Data: 21.03.2024 Pag.: 9
 Size: 71 cm2 AVE: € 1136.00
 Tiratura: 33727
 Diffusione: 27342
 Lettori: 415000



Elisa Fazzi: «Non vietare, ma costruire un accordo»

La neuropsichiatra

■ «I videogiochi non vanno demonizzati, bensì conosciuti e addomesticati». A sottolinearlo, citando il libro «Addomesticare gli schermi» di Michele Marangi, è Elisa Fazzi, presidente della [Sinpia](#) e direttore

della Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza del Civile - UniBs.

«I videogiochi possono offrire opportunità uniche per l'apprendimento e lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti, per favorire le abilità cognitive e sociali, offrendo occasioni di divertimento e la possibilità di creare scenari ricchi di fanta-

sia - spiega -. Allo stesso tempo, però, è necessario essere consapevoli che un uso eccessivo o inappropriato dei videogiochi può avere un impatto negativo sulla salute mentale e sul benessere dei ragazzi, specialmente dei più piccoli». Come spiega la professoressa Fazzi, non andrebbero utilizzati più di quattro ore al giorno, prima di dormire (perché disturbano i ritmi del sonno) e durante i pasti. La vera sfida consiste nel «costruire un accordo condiviso con i figli per usare al meglio questi strumenti». //